



4月 青年期プログラム



	月	火	水	木	金	土
日	2	3	4	5	6	7
AM	お花見準備	脳トレ	困りごと どうする?	武蔵国分寺公園 ボランティア	びっくり箱作り	
PM	お花見	ウォーキング	茶道	音楽	ストレッチ/ フレイジム	
					ナイトケア	
日	9	10	11	12	13	14
AM	マインド フルネス	脳トレ	SST	武蔵国分寺公園 ボランティア	しゃべり場	土曜 DC
PM	メンバー企画	ウォーキング	美術 <small>防災 訓練</small>	ストレッチ/ フレイジム	全体会議	
日	16	17	18	19	20	21
AM	調理& 簡単クッキング	脳トレ	認知行動療法	武蔵国分寺公園 ボランティア	アロマ セラピー	
PM	メンバー企画	ウォーキング	春の 草花遊び	音楽	ストレッチ/ フレイジム	
					ナイトケア	
日	23	24	25	26	27	28
AM	マインド フルネス	脳トレ	SST	武蔵国分寺公園 ボランティア	自己理解を 深めるワーク	
PM	おしゃれな 抹茶ラテ作り	ウォーキング	美術	お菓子作り	カードゲーム/ フレイジム	
					ナイトケア	
日	30					
AM	振替休日					
PM						

- * 網掛けの枠は、生活充実プログラムと合同プログラムです
- * 天候等により、プログラムが変更となる場合があります
- * ナイトケアは、16時～20時になります(15:30より来所可)

